

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/7	Омлет натуральный с маслом сливочным	48-17
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	15-11
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
	. 1шт./38г	Пирожное Боярушка	14-06
ЭЦ-382, Б-15, Ж-17, У-45, Вит.А-13000, Вит.С-41, Вит.РР-2, Na-354, К-975, Са-345, Mg-121, P-415, Fe-4			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	16-89
ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1129, К-115, Са-47, Mg-11, P-60, Fe-1	.095/50	Зразы рубленые с соусом	78-43
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
	. 1шт./38г	Пирожное Боярушка	14-06
ЭЦ-639, Б-25, Ж-27, У-75, Вит.С-32, Вит.РР-7, Na-3570, К-194, Са-83, Mg-22, P-121, Fe-2			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	28-06
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-42
ЭЦ-257, Б-1, Ж-17, У-27, Вит.РР-1, Na-2, К-49, Са-6, Mg-3, P-9	.31,25 /10	Бутерброд с маслом, повидлом	19-44
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/10	Суп карт. с горохом, мясом	24-08
ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/7	Омлет натуральный с маслом сливочным	48-17
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	15-11
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
	. 1шт./38г	Пирожное Боярушка	14-06
ЭЦ-1268, Б-33, Ж-60, У-158, Вит.А-13001, Вит.С-52, Вит.РР-5, Na-1331, К-1629, Са-623, Mg-189, P-712, Fe-6			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/15	Каша рисовая с маслом сливочным	37-75
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-42
ЭЦ-257, Б-1, Ж-17, У-27, Вит.РР-1, Na-2, К-49, Са-6, Mg-3, P-9	.31,25 /10	Бутерброд с маслом, повидлом	19-44
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10	Суп карт. с горохом, мясом	27-39
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	16-89
ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1129, К-115, Са-47, Mg-11, P-60, Fe-1	.095/50	Зразы рубленые с соусом	78-43
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
	. 1шт./38г	Пирожное Боярушка	14-06
ЭЦ-1645, Б-46, Ж-75, У-203, Вит.А-1, Вит.С-47, Вит.РР-10, Na-4778, К-963, Са-398, Mg-103, P-467, Fe-4			224

Руководитель

Зав. производством

